

El proceso de enseñanza-aprendizaje en el karate do y la metacognición como vía para su desarrollo en niños de 9-10 años

The teaching-learning process in the karate do and the metacognition as a way for its development in children of 9-10 years

Henry Cuenca-Ochoa¹

¹Lic. Profesor Asistente. Facultad de Cultura Física. Universidad de Las Tunas. Las Tunas, Cuba. henryco@ult.edu.cu

Fecha de recepción: 18 de septiembre de 2018

Fecha de aceptación: 21 de octubre de 2018

RESUMEN

La investigación se llevó a cabo en 4 áreas deportivas del municipio Las Tunas, las cuales son atendidas por 4 profesores con más de 10 años de experiencia en la enseñanza del karate do. Mediante la observación se pudo constatar como los alumnos ejecutaban las técnicas de forma estereotipada, más no sabían cómo resolver un determinado problema en un combate. El objetivo de la investigación radica en elaborar una estrategia metacognitiva para desarrollar el aprendizaje del karate do en los niños y niñas de la categoría 9 y 10 años. Otros métodos empleados fueron la entrevista y el cuestionario a los entrenadores encargados de llevar a cabo el proceso de enseñanza, así como la consulta de expertos. La investigación permitirá orientar el trabajo pedagógico del entrenador hacia la movilización de las potencialidades autorreguladoras de la personalidad del deportista, y dentro de ellos los procesos cognitivos y metacognitivos, que garantizan una activación protagónica del aprendiz en su proceso de aprendizaje.

Palabras clave: Proceso de enseñanza - aprendizaje; Karate Do; Metacognición

ABSTRACT

The research was carried out in 4 sport areas of Las Tunas municipality, which are attended by 4 teachers with more than 10 years of experience in teaching karate do. Through observation it was possible to see how the students executed the techniques in a stereotyped way, but they did not know how to solve a certain

problem in a combat. The objective of the research is to elaborate a metacognitive strategy to develop the learning of karate do in boys and girls of 9th and 10th grades. Other methods used were the interview and the questionnaire to the coaches in charge of carrying out the teaching process, as well as the consultation of experts. The research will guide the pedagogical work of the coach towards the mobilization of the self-regulating potentialities of the athlete's personality, and within them the cognitive and metacognitive processes, which guarantee a protagonist activation of the apprentice in the learning process.

Keywords: Teaching-learning process; Karate Do; Metacognition

INTRODUCCION

En los últimos años, es notable la preocupación de profesores por el aprendizaje y el conocimiento desde el punto de vista de la participación de los aprendices, cuya participación activa la constituye la reflexión, la autoconciencia y el autocontrol. Se trata de lograr que los aprendices sean capaces de autodirigir su aprendizaje y transferirlo a otros ámbitos de su vida.

Para lograr los objetivos de "aprender a aprender" y "aprender a pensar", en los últimos años se ha revelado como especialmente eficaz, la formación de los aprendices en la adquisición y utilización oportuna de estrategias de aprendizaje cognitivas, entre las cuales se destacan las orientadas al auto aprendizaje y al desarrollo de las habilidades metacognitivas.

Gardner, H. (1996), por su parte, se refiere a la metacognición como el conocimiento que las personas construyen respecto del propio funcionamiento cognitivo.

Esta distinción entre el conocimiento metacognitivo y el control metacognitivo es consistente, con la distinción entre el conocimiento declarativo relativo al "saber qué" y el conocimiento procedimental referido al "saber cómo". En consecuencia, es posible diferenciar dos componentes metacognitivos: uno de naturaleza declarativa (conocimiento metacognitivo), y otro de carácter procedimental (control metacognitivo o aprendizaje autorregulado). Ambos son importantes para el aprendizaje deportivo, y están relacionados entre sí.

El aprendizaje deportivo, también requiere que el aprendiz desarrolle una actitud reflexiva de planificación y monitoreo de sus acciones de aprendizaje.

Algunos investigadores, plantean que en el aprendizaje deportivo aparecen elementos que encajan de forma muy directa con lo que se denomina desarrollo metacognitivo, aunque estos no son declarados como tal, es decir, que el aprendizaje deportivo como proceso de aprendizaje al fin, no escapa a la importancia universal que posee la autorregulación metacognitiva.

En nuestra provincia, a pesar de los avances ya alcanzados en la ciencia, este modo de actuación por parte de nuestros entrenadores y atletas aun no se realiza a ningún nivel.

En el caso del Karate Do, aún no se manifiesta un desarrollo continuo, reflexivo, autorregulado y auto valorativo por parte de los atletas, vistos como insuficiencias durante el proceso de entrenamiento deportivo, a través de observaciones directas y entrevistas a entrenadores que se pueden expresar a partir de que:

- Los atletas realizan las técnicas básicas para esta etapa, pero no visualizan si la forma de proyectarlas es la más correcta.
- Realizan de forma mecánica la ejecución de la técnica, lo cual puede ser útil para aprender, pero no para "aprender a aprender".
- Necesitan siempre la supervisión del entrenador para ejecutar los elementos técnicos aprendidos, lo cual impide que sean autónomos en el aprendizaje.
- En ocasiones, ejecutan técnicas sin valorar que las condiciones en las que es más apropiado aplicarlas, haciendo un uso indiscriminado de las mismas.
- Los atletas, no saben cómo aprenden ni los procesos implicados en ello. Además, desconocen los pasos involucrados en la ejecución de la tarea.
- Los atletas no son conscientes de sus propias capacidades cognitivas, y de las demandas que en el proceso de aprendizaje del Karate Do impone al practicante, por lo que no son capaces de controlar sus recursos y regular su actuación posterior.

Esta investigación persigue el objetivo de elaborar una estrategia metacognitiva para desarrollar el aprendizaje deportivo del karate do en las niñas y niños de 9-10 años, lo cual permitirá orientar el trabajo pedagógico del entrenador hacia la

movilización de las potencialidades autorreguladoras de la personalidad del deportista que aprende, y dentro de ellas, los procesos cognitivos y metacognitivos que participan en esta importante función, y que garantizan una actuación protagónica del aprendiz de karate do en su proceso de aprendizaje.

DESARROLLO

El concepto metacognición, que es manejado en la actualidad por diferentes autores, ha ido evolucionando, por ello es necesario realizar un breve análisis etimológico del mismo para una mejor comprensión del término.

Meta (metá), prefijo griego que denota entre otras acepciones: las de traslación, cambio, posteridad, transformación, más allá, después, además de.

No obstante, la metacognición no sólo expresa la idea que su acepción sugiere, y pese a su apariencia no es una palabra griega, sino un neologismo producto de la ciencia psicológica contemporánea, particularmente la de orientación cognoscitiva, y cuyo origen puede ubicarse a finales de los años 60 en los estudios que Flavell, J.H. & Welman, H. (1978), realizaron sobre la memoria.

La autorregulación metacognitiva, ha sido estudiada por varios autores, particularmente en poblaciones de adolescentes destacan los estudios de Lopera, E. (2011); Hernández Mendo, A. & Molina Macías, M. (2002); Allueva, P. (2007); Gardner, H. (1996); entre otros.

Según Flavell, J.H. & Welman, H. (1978), la metacognición es el conocimiento de los propios procesos cognoscitivos, de los resultados de esos procesos, y de cualquier aspecto que se relacione con ellos, es decir de las propiedades relevantes de la información. En la investigación, se asume este concepto como válido para trazar la estrategia de aprendizaje.

Estos autores, plantean que existen determinadas condicionantes que subsidian la capacidad de un individuo para monitorear su propia forma de aprender, lo cual coincide plenamente con nuestro modo de ver el fenómeno en la investigación.

Estas condicionantes son las siguientes:

- a) El conocimiento de la tarea a realizar.
- b) Autoconocimiento de las capacidades y las dificultades para realizar la tarea.

c) Conocimiento de la interacción entre los contenidos aprendidos y los nuevos a ser empleados, en la realización de la tarea.

d) Conocimiento de estrategias para ser empleadas en la realización de la tarea.

La relación metacognición-aprendizaje, ha encontrado su expresión en los estudios teóricos y prácticos desarrollados por García Ucha, F. & Russell, L. (1997).

Otros estudios se han desarrollado en nuestro país, en escolares del segundo ciclo de la escuela primaria. Estos últimos, conciben la metacognición relacionada con los llamados “aprendizajes desarrolladores” entendidos como el resultado de la interacción entre tres dimensiones básicas:

- La activación regulación.
- La significatividad de los procesos.
- La motivación para aprender.

De ellas, enfatizaremos en la primera, que es la que guarda relación con el tema de interés. Esta dimensión, tiene como propósito designar la naturaleza de los procesos y mecanismos intelectuales en que se sustenta y de los resultados que produce y abarca los siguientes indicadores:

- Actividad intelectual productivo-creadora (componente cognitivo del aprendizaje activo).
- La metacognición, o componente metacognitivo.

El componente cognitivo, comprende el sistema de conocimientos, hábitos, habilidades, procedimientos y estrategias de carácter general y específico, que deben desarrollar en cada nivel, en dependencia de la naturaleza específica de la materia que se aprende, y de la calidad para calificar el aprendizaje como desarrollador.

El componente metacognitivo, se refiere al grupo de procesos que intervienen en la toma de conciencia y el control de la actividad intelectual, y de los procesos de aprendizaje que garantizarán su expresión, como actividad consciente y autorregulada, en mayor o menor grado, de acuerdo a su desarrollo, según refiere Castellanos Simons, D. (2003). Este autor también plantea, que el proceso de reflexión metacognitiva, aborda el desarrollo de la capacidad para reflexionar y

tomar conciencia sobre los propios procesos cognitivos y desarrollar conocimientos, y coincide con Flavell, J.H. (1996), en que estos al igual que la conciencia metacognitiva incluye:

- Conocimientos sobre la propia persona y su sistema cognitivo.
- Los conocimientos sobre las posibilidades tácticas a desplegar, para mejorar el rendimiento en función de determinados aprendizajes.

Generalizando las ideas anteriores sobre la relación aprendizaje-metacognición, a nuestro juicio las más importantes son las siguientes:

- Reconocimiento del importante papel que juegan los recursos metacognitivos, para el desarrollo de un aprendizaje autorregulado.
- Destacan la importancia del componente funcional (regulación y control metacognitivo), para la ejecución de un aprendizaje consciente.
- Destacan el proceso de reflexión, como apoyo principal de los recursos metacognitivos en el aprendizaje.
- Develan el rol fundamental de la metacognición, en el llamado “aprendizaje estratégico”, asociando la misma a la selección, dominio, aplicación y producción de estrategias que son transferidas a nuevas situaciones de aprendizaje.
- Destacan el importante papel de la metacognición, en la solución de tareas del aprendizaje.

Consideramos, teniendo en cuenta los aspectos anteriormente abordados por los diferentes autores, que la importancia de la metacognición para el aprendizaje radica fundamentalmente en:

- 1- Dar una filosofía metacognitiva aplicable al estudiante y al profesor.
- 2- Desarrollar la metacognición implica el conocimiento de las estrategias de trabajo, una regulación consciente de las actuaciones cognitivas que se harán más efectivas.
- 3- Conociendo las dificultades en el aprendizaje, a través de la puesta en práctica de los recursos metacognitivos, se pueden corregir más rápidamente.
- 4- El individuo aprende más y mejor, con menor gasto energético, es decir, optimiza su proceso de aprendizaje.

- 5- Promueve el desarrollo de la reflexión y el autoconocimiento de las particularidades de la actividad cognoscitiva del sujeto que aprende.
- 6- Desde que el sujeto reflexiona sobre su pensamiento, los propios metaconocimientos se convierten en sentido de la actividad, que favorecen que la persona se autoperfeccione, se autosupere, es decir, que “aprenda a aprender”.
- 7- Contribuye a ubicar el aprendizaje en la subjetividad del alumno.

La investigación se desarrolló tomando como muestra 82 alumnos practicantes de karate Do del estilo Shotokan del Municipio Las Tunas. Los mismos pertenecen a 4 áreas deportivas que son atendidas por 4 profesores con más de 10 años de experiencia en la actividad. La muestra escogida, representa el 100% con una edad comprendida entre los 9 y 10 años de vida, y con una experiencia en el deporte de un año. Otros aspectos de interés en la matrícula estudiada, fueron la asistencia y que todos los atletas tuvieran el mismo nivel de conocimiento de las técnicas del deporte.

Concepción de la estrategia metacognitiva.

Ruiz Pérez, L.M (1993), en sus consideraciones acerca del aprendizaje deportivo, plateó que los profesores estructurarán la práctica para que sirva para el futuro, es decir, dotarán a los aprendices de las experiencias que activen los diversos mecanismos, procesos y estrategias necesarias para la producción del movimiento, para que consigan resultados diferentes y retroalimentaciones sensoriales variadas favoreciendo el fenómeno de la transferencia. El aprendizaje motor significativo, supone que el alumno o deportista, participa en la construcción de sus acciones, partiendo de sus conocimientos y habilidades ya adquiridas así como de las estrategias y patrones básicos de movimiento.

Se puede plantear entonces, que una estrategia metacognitiva dirigida al aprendizaje deportivo debe incluir los siguientes elementos, según De Armas Ramírez, N. (2003), Ruiz Pérez, L.M (1994), Pedhazur, E. J. & Schmelkin, L. P. (1991), Elias, M.; Tobias, S. & Friedlander, B. (1999):

I. Introducción: Fundamentación. Se establece el contexto y ubicación de la problemática a resolver. Ideas y puntos de partida que fundamentan la estrategia.

II. Diagnóstico: Indica el estado real del objeto, y evidencia el problema en torno al cual gira y se desarrolla la estrategia.

III. Planteamiento del objetivo general.

IV. Planeación estratégica: Se definen metas u objetivos a corto y mediano plazo, que permiten la transformación del objeto desde su estado real hasta el estado deseado.

Planificación por etapas de las acciones, recursos, medios y métodos que corresponden a estos objetivos.

V. Instrumentación: Explicar cómo se aplicará, bajo qué condiciones, durante qué tiempo, responsables, y participantes.

VI. Evaluación: Definición de los logros, obstáculos que se han ido venciendo, valoración de la aproximación lograda al estado deseado.

El propósito de toda estrategia, es vencer dificultades con una optimización de tiempo y recursos. Entendemos por estrategia, cierto ordenamiento de las acciones en el curso de la resolución de un problema, en el cual cada paso es necesario para el siguiente. Estas secuencias de acciones están fuertemente orientadas hacia el fin a alcanzar el objetivo.

Esta estrategia de trabajo supone dos etapas:

1ra Etapa. Instrucción explícita: Mediante este tipo de instrucción, el entrenador proporciona a los atletas, de modo explícito, la información sobre las acciones técnicas que después van a ser practicadas.

2da Etapa. Explicación directa: En esta etapa, el entrenador debe dar cuenta sobre las acciones técnicas que se van a enseñar y sus características. La explicación, debe procurar conocimientos declarativos (saber qué es lo esencial que debe dominar), procedimentales (saber cómo debe ejecutar la técnica), y condicionales (saber cuándo y por qué). Una mayor conciencia de estos aspectos de las estrategias, puede redundar en una aplicación más flexible de las mismas.

Instrumentación de la estrategia metacognitiva:

1ra Etapa. Instrucción Explícita.

➤ Objetivos:

- Facilitar una idea general del contenido a desarrollar en la unidad de entrenamiento a los atletas.
- Vincular el contenido a los saberes, previos reconocimiento de palabras claves de las técnicas a enseñar.
- Posibilitar la autorregulación consciente, como ayuda del entrenador a través del diálogo.

➤ Contenido:

El aprendizaje de las técnicas en esta etapa, estará enmarcado por la experiencia deportiva y la edad de los niños y niñas, por tanto y como es lógico, en todo proceso de aprendizaje se va de lo simple a lo profundo. Algunas de las técnicas, se deberán aprender con el objetivo futuro de llegar a dominarlas y emplearlas en diferentes condiciones:

➤ Métodos:

- Modelado cognitivo. Es una forma complementaria a la instrucción, que se ofrece a través de la explicación del entrenador. Este puede modelar la actividad cognitiva y metacognitiva que lleva a cabo durante la tarea. En este modelado cognitivo, se sustituyen las conductas observables a imitar, características del modelado conductual, por acciones cognitivas que son expresadas verbalmente por el atleta. Se trata de modelar, no sólo las acciones cognitivas implicadas en la tarea, sino también las actividades metacognitivas de planificación, supervisión y evaluación de las ya realizadas.
- Práctica guiada: Esta práctica se realiza con la colaboración del entrenador, quien actúa como guía que conduce y ayuda a los atletas en el camino hacia la autorregulación. La característica distintiva de esta práctica es el diálogo entre entrenador- atleta, cuyo fin es proporcionar a los aprendices la ayuda suficiente, para alcanzar metas que quedan fuera de sus posibilidades sin esa ayuda.

2da Etapa. Explicación directa.

➤ Objetivos:

- Asimilar significativamente el contenido a desarrollar en la unidad de entrenamiento a los atletas y transformarlo en saber previo, ampliando y profundizando sobre lo ya aprendido.
- Incorporar significativamente los contenidos y recuperarlos para nuevos aprendizajes para ser aplicados a la hora de adquirir nuevos saberes en situaciones concretas de entrenamiento.

➤ **Contenido:**

En esta etapa los contenidos aumentarán el nivel de complejidad, el alumno deberá poner en función todo lo aprendido, y debe ser capaz de combinar las diferentes técnicas. La manera de integrarlas será a través de kihones de combate.

➤ **Métodos:**

- **Práctica individual:** Para aumentar la responsabilidad del alumno, se propone un trabajo individual, que puede apoyarse mediante guías de autointerrogación, conteniendo las preguntas que uno mismo debe plantearse para regular su propia actuación durante la tarea. Se debe utilizar material audiovisual o material fotográfico, relacionados con los elementos técnicos de Karate Do a dominar, para una mejor interpretación de imágenes en general.
- **Práctica cooperativa:** Proporciona una fuente adicional de acciones al aprendizaje individual. Se lleva a cabo en el contexto de la interacción con un grupo de iguales, que colaboran para completar el aprendizaje de la técnica, con todo el nivel de dificultad que en ocasiones conlleva. El control de la actividad se traslada al grupo, para distribuirse entre sus miembros si la ejecución de la misma se realiza con eficacia.

Medios para controlar la tarea o las acciones técnicas a realizar:

Momentos de intervención	Pasos a tener en cuenta	Reflexiones que sugiere el profesor
Durante la ejecución de las acciones técnicas o tareas.	Respecto a la acción técnica o tarea.	¿Tienen claro lo que tienen que hacer? ¿Están todos de acuerdo? ¿Qué desean aprender con esta tarea? ¿Qué conocimientos necesitan para realizar la tarea? ¿Qué pasos deben seguir?

		¿Tienen en cuenta los aspectos de la sesión anterior? ¿Cómo revisarán lo que están haciendo?
	Respecto a la forma de trabajar en grupo.	¿Cómo organizarán el trabajo? ¿Cómo se pondrán de acuerdo en casos de desacuerdos? ¿Cómo resolverán las dudas que surjan?
	Respecto a las condiciones de la tarea.	¿Han tenido en cuenta el tiempo que tienen para realizar la tarea?
Durante la ejecución de las acciones técnicas o tareas.	Identificación del punto de partida para realizar la acción técnica o tarea.	¿Cuál es punto de partida para realizar la acción técnica o tarea de? ¿Todo el grupo está de acuerdo con ella? En caso negativo ¿Cómo han resuelto las diferencias?
	Preparación para la ejecución de la acción técnica.	¿Han tenido en cuenta la facilidad o dificultad para ejecutar la técnica? ¿Creen haber realizado la técnica de forma correcta?
	Pasos que hay que seguir para escribir la experiencia aprendida.	¿Qué criterio van a seguir para escribir los pasos de la acción técnica? ¿Cómo van a comprobar que realmente no han olvidado ningún paso de la acción técnica? ¿Todos los pasos de la acción técnica son igual de importantes? ¿Hay alguno prescindible?
	Análisis de los resultados.	¿Qué sugerencias darían que ayuden a analizar las conclusiones?
	Conclusiones.	¿Qué sugerencias darían que ayuden a elaborar las conclusiones de la ejecución de los pasos de la acción técnica?
Al finalizar la tarea.	Al finalizar la tarea.	¿Cómo realizaron la tarea? ¿Qué harán para realizar la revisión?

La presente estrategia se implementará en un período de 6 meses, y será llevada a cabo por los profesores de las diversas áreas deportivas, que son los encargados de dirigir el proceso de aprendizaje deportivo en estas edades. Durante la implementación de la estrategia, se considerará al alumno como un sujeto activo de sus aprendizajes motrices

CONCLUSIONES

Se determinó el auge en los estudios sobre autorregulación, como uno de los principales elementos epistemológicos bases de la teoría de la metacognición. Se identificó un espacio en el proceso de aprendizaje en el deporte, relacionándolo con las dimensiones básicas de la metacognición: metaconocimiento (plano conceptual) y el control ejecutivo (plano funcional).

La investigación se sustentó teóricamente en el enfoque sistémico, que presupone el análisis de los vínculos mutuos en el marco de cada sistema, visto como un conjunto de objetos (procesos) relacionados entre sí por alguna forma de interacción, que los identifica con determinada independencia y coherencia. Desde el punto de vista metodológico, el diseño de la propuesta, se sustentó en los criterios que establecen que cada momento debe ser planificado de manera tal que permita al grupo avanzar en la tarea, en pos de su objetivo, y los estructura en: introducción, diagnóstico, planteamiento del objetivo general, planeación estratégica, e instrumentación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Allueva, P. (2007). *Conceptos básicos sobre metacognición. Desarrollo de las habilidades metacognitivas: programa de intervención*. Zaragoza: Consejería de Educación y Ciencia.
- Castellano Simons, D. (2003). *Estrategias para promover el aprendizaje desarrollador en el contexto escolar*. (Material no publicado) Universidad Pedagógica "Enrique José Varona". La Habana.
- De Armas Ramírez, N. (2003). *Aproximación al estudio de la metodología como resultado científico*. (Material no publicado) Centro de estudios de Ciencias Pedagógicas. Instituto Superior Pedagógico "Félix Varela". La Habana.
- Elias, M.; Tobias, S., & Friedlander, B. (1999). *Educación con inteligencia emocional*. Barcelona: Plaza y Janés.
- Flavell, J.H. & Welman, H. (1978). *Metamemory. Perspectives on the development of memory and cognition*. España: Prentice Hall.
- Flavell, J.H. (1996). *El desarrollo cognitivo*. España: Prentice Hall.
- García Ucha, F. & Russell, L. (1997). *La preparación mental del deportista*. (Material

- no publicado) Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". La Habana.
- Gardner, H. (1996). *Inteligencias múltiples*. Buenos Aires: Vergara.
- Hernández Mendo, A. & Molina Macías, M. (2002). Cómo usar la observación en la psicología del deporte: principios metodológicos. *Revista Digital Lecturas: Educación Física y Deportes*, Año 8 (No.49)
- Lopera, E. (2011). El aprendizaje-enseñanza de la solución de problemas, la metacognición y la didáctica de la pregunta, una triangulación dinámica para la transferencia del aprendizaje. *Revista Pensando Psicología*, Vol. 7 (No.13), pp.159-170.
- Pedhazur, E. J. & Schmelkin, L. P. (1991). *Measurement, design and analysis: an integrated approach*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Ruiz Pérez, L.M (1993). *El papel de la práctica en el desarrollo de la competencia motriz infantil: la hipótesis de variabilidad*. (Tesis doctoral no publicada) Centro de estudios de Ciencias Pedagógicas. Instituto Superior Pedagógico "Félix Varela". La Habana.
- Ruiz Pérez, L.M (1994). Deporte y Aprendizaje, procesos de adquisición y desarrollo de habilidades. (Material no publicado) Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo". La Habana.